Impacto del ruido en la salud de los trabajadores del mar





Guía informativa para los trabajadores del sector de la pesca de altura y gran altura

Índice



Depósito Legal: M-47464-2011

1 Introducción

A pesar de que las condiciones de navegación han mejorado mucho, a día de hoy, la vida del hombre en el mar sigue siendo dura, difícil y arriesgada. La dureza y las condiciones en que los trabajadores del mar desempeñan su trabajo a bordo, el prolongado aislamiento de los tripulantes, las condiciones adversas del medio marino, la ausencia de instalaciones, la falta de medidas de prevención, etc., son factores que influyen en los riesgos laborales a los que se encuentran expuestos los trabajadores del mar.

Uno de los principales factores de riesgo laboral es **la exposición a ruido.**

EL NIVEL DE RUIDO PUEDE SER UN FACTOR DE ESTRÉS MUY IMPORTANTE A BORDO DE LOS BUQUES.

Hay riesgos propios y específicos que vienen dados por el tipo de trabajo que se desarrolla, como las largas jornadas de trabajo, cortos periodos de descanso, climatología, etc., que hacen que factores, como la exposición a ruido por los trabajadores, se agraven.

Todo ello implica, que el **trabajador**, por el hecho de permanecer en el buque, se puede ver sometido a **niveles elevados de ruido** para la audición, generando **disconfort**, que dificulta el descanso, y que puede afectar a diferentes estructuras extra auditivas, y suponer un insuficiente reposo auditivo, etc.



Entre las principales **fuentes generadoras de ruido**, destaca la de los motores de la **sala de máquinas**. También se producen altos niveles de ruido en el **parque de pesca**, sobre todo cuando se encuentra la maquinaria de procesado en funcionamiento, en cubierta cuando entra en funcionamiento la

maquinilla hidráulica, y en locales como la **cocina** cuando los extractores se encuentran en funcionamiento.

Entre los **efectos** de la exposición laboral a ruido **sobre el estado de salud** de los trabajadores del mar, encontramos dos tipos:

1. **Efectos auditivos**. Debido a la exposición a ruidos intensos se puede producir una disminución de la sensibilidad auditiva. Para que este efecto sólo tenga carácter transitorio, el trabajador debería tener una recuperación total después de un reposo auditivo de 16 horas.

   Es importante tener en cuenta, que el riesgo para desarrollar sordera está en relación con el tiempo de exposición, la intensidad del ruido, el descanso en condiciones de no exposición a ruido, etc.

   Sin embargo, los trabajadores del sector de la pesca viven 24 horas a bordo del buque, por lo que están expuestos a niveles de ruido, también durante sus horas de descanso, lo que va a perturbar la cantidad y calidad del sueño, siendo este un factor esencial para que el organismo recupere la fatiga acumulada.

2. **Efectos extra-auditivos**. Aunque los trabajadores se encuentren expuestos a niveles de exposición a ruido inferiores a los límites establecidos en la legislación vigente (80 dB(A)), éstos pueden ser irritantes y aunque dependerá de la sensibilidad de cada persona, pueden producir, entre otros:

   – Estrés y falta de confort en el ambiente.
   – Puede intervenir, de forma negativa, en la comunicación con el resto de trabajadores, en el desempeño de las tareas, etc.
   – Alteraciones del sueño.
   – Problemas cardiovasculares.
   – Fatiga y sensación de malestar.
   – Problemas digestivos.

La exposición a niveles elevados de ruido, interfiere sobre la calidad de vida, provocando problemas relacionados con el rendimiento del trabajo (fatiga, dificultad para concentrarse, etc.), la conducta (mareos, irritabilidad, estrés, etc.) y de forma especial, las alteraciones en la calidad o cantidad del sueño.

Mediciones ambientales del ruido



Las **mediciones higiénicas** de ruido realizadas a bordo de los buques de pesca ponen de manifiesto la existencia de niveles altos de exposición a ruido en determinadas zonas de los mismos. Para la realización de estas mediciones se dividió el buque en distintas zonas, que corresponden a los distintos planos del buque y que se indican a continuación:

Cubierta puente

Cubierta castillo

Cubierta superior

Cubierta principal

Fondos

Tras las mediciones realizadas, se obtienen una serie de resultados para las diferentes zonas del buque, encontrando:

Niveles Altos de Exposición (LA eq,d >87 dB (A))

- Sala de Máquinas
- Parque de pesca (durante el proceso de elaboración, es decir, con las máquinas en funcionamiento)

Es importante destacar que en el parque de pesca, aunque no se esté procesando se encuentran niveles entre 80 dB (A) y 85 dB(A), así como en la cubierta superior, en la popa y en la cocina cuando los extractores están conectados. Es **recomendable**, que en dichas zonas, se utilicen también los **protectores auditivos**.

Ante los niveles de ruido presente a bordo de un buque de pesca, se deberán llevar a cabo una serie de **actuaciones** para dar cumplimiento a lo que es establece en la legislación vigente.

Entre las acciones que las armadoras y trabajadores deben llevar a cabo, se encuentran las que se indican en el siguiente cuadro resumen:

Acción a llevar a cabo	Nivel alto de Exposición LA eq,d > 87 dB (A)	Nivel Medio de Exposición La eq,d > 85 dB(A)	Nivel Bajo de Exposición LA eq,d > 80 dB(A)
Evaluación inicial	Obligatoria	Obligatoria	Obligatoria
Programa de medidas técnicas y organizativas	Obligatorio	Obligatorio	Recomendado
Evaluación de la exposición (medidas higiénicas de ruido)	Cada año	Cada año	Cada tres años
Protecciones personales (EPI'S)	Uso obligatorio	Uso obligatorio	Suministro obligado
Restricción de acceso	Sí	No	No
Formación e Información	Se impartirá una formación e información específica sobre ruido a los trabajadores, comunicando la misma, directamente al trabajador. En la formación/información se incluirá: medidas de prevención, resultados de mediciones de ruido y valores límite de exposición, correcto uso y mantenimiento de protectores auditivos, prácticas de trabajo seguro, etc.		
Vigilancia específica de salud	Cada tres años	Cada tres años	Cada cinco años

Tipos de protectores auditivos



Para elegir un protector auditivo, hay que distinguir entre:

- **Protectores Auditivos Pasivos (orejera y tapones)**





- **Protectores Auditivos No Pasivos**. Estos se utilizarán por aquellos trabajadores que realicen su labor en ambientes muy ruidosos, como las salas de máquinas.

  Estos protectores garantizan una mayor protección frente al ruido y algunos de ellos, además, permiten la comunicación entre los trabajadores, aspecto importantísimo a la hora de prevenir accidentes de trabajo.

  Entre estos tipos de protectores auditivos nos encontramos con:

  – **Protectores auditivos con reducción activa del ruido (protectores ANR).** Normalmente son orejeras que incorporan un sistema electrónico que permite una protección adicional frente al ruido.

  – **Protectores auditivos con sistema de comunicación.** Poseen un sistema inalámbrico que permite la comunicación entre los trabajadores.

Para utilizar un protector auditivo se deberá tener en cuenta que:

- No debe interferir en la percepción del habla, de señales de peligro o de cualquier otro sonido o señal necesarios para el desempeño correcto de la actividad.

- Deben ser cómodos. Los trabajadores participarán en la realización de ensayos de varios modelos de protectores, tallas, etc., para elegir el más adecuado.

- En el caso de las orejeras, se conseguirá mejorar la comodidad mediante la reducción de la fuerza de aplicación de los casquetes y mediante una buena adaptación de las almohadillas al contorno de la oreja.

4 Recomendaciones y propuestas de mejora

Se recogen, a continuación, una serie de **recomendaciones preventivas y propuestas de mejora** a llevar a cabo por los **trabajadores** que realizan tareas a bordo de un buque de pesca y que servirán para mejorar su estado de salud en cuanto a la exposición a ruido.

- Los trabajadores deberán utilizar **equipos de protección auditiva obligatoria** en los siguientes casos:

  – Aquellos trabajadores que desarrollen su trabajo en la sala de máquinas.

  – Los trabajadores que lleven a cabo tareas en el parque de pesca cuando se esté procesando. No obstante, es recomendable la utilización de protectores auditivos en el parque de pesca aunque no se esté procesando.

  – Los trabajadores que permanezcan en cocina, cuando los extractores se encuentren funcionando, deberán hacer uso de equipos de protección individual frente al ruido.

- A la **sala de máquinas** solamente podrá acceder **personal autorizado** (engrasadores y jefes de máquinas), no estando permitido el acceso al resto de personal.

- Durante el procesado, todas las **puertas del parque de pesca**, permanecerán **cerradas**.

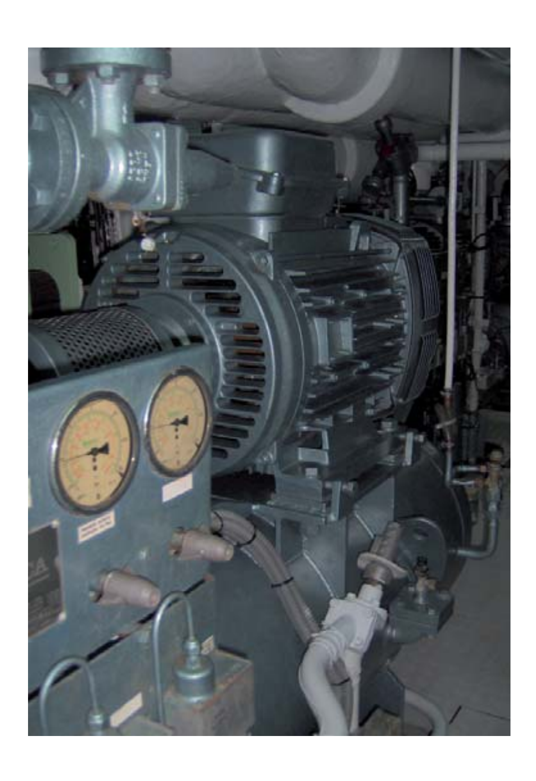
- Los trabajadores deberán participar en la elección de los equipos de protección individual frente al ruido.

- Se debe informar al responsable en caso de observar alguna situación o anomalía en la señalización, maquinaria, fuentes de ruido excesivas, etc., que pueda entrañar un aumento de exposición a ruido.

- Se deberán mantener en unas condiciones adecuadas de conservación y mantenimiento los equipos de protección individual frente al ruido, teniendo en cuenta las instrucciones del fabricante. Para ello, se deberá disponer del correspondiente manual de instrucciones o folleto informativo de los mismos.

- Los trabajadores deberán asistir y participar activamente en los cursos de formación en prevención de riesgos laborales que imparta la empresa o el servicio de prevención correspondiente.

- Los trabajadores deberán de realizarse los reconocimientos médicos con la periodicidad establecida para llevar a cabo un adecuado control audiométrico de su salud auditiva y las pruebas pertinentes para prevenir los efectos del ruido sobre otros órganos que pueden verse afectados.





IS-0126/2010

CON LA FINANCIACIÓN DE FUNDACIÓN PARA LA PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES







Cooperativa de Armadores de Pesca del Puerto de Vigo







